NOMBRE DEL ALUMNO: Jesús Alonso Cruz Mérida

NOMBRE DE LA MATERIA: Epidemiología

NOMBRE DEL DOCENTE: Vicente Albores Ariadne Danahe

NOMBRE DE LA UNIVERSIDAD: Universidad Del Sureste.

NOMBRE DEL PROYECTO: CUADRO SINOPTICO DEL TEMA DIFERENCIAS ENTRE INFORMACIÓN ALIMENTARIA E INFORMACIÓN NUTRICIONAL

FECHA DE ENTREGA : 30/11/2024

Diferencias entre Información Alimentaria e Información Nutricional

Información Alimentaria

- Propósito y Función
  - Proporcionar datos sobre los productos alimenticios, como ingredientes y métodos de preparación.
  - Facilitar al consumidor la toma de decisiones informadas sobre la compra de alimentos.
- Características Clave
  - Incluye etiquetas de productos y descripciones.
  - A menudo contiene información sobre almacenamiento y vida útil.
- Detalles de Implementación
  - Se presenta en etiquetas de alimentos, menús y publicidad.
  - Regulado por normativas de seguridad alimentaria en diferentes países.

Información Nutricional

- Propósito y Función
  - Ofrecer datos sobre los beneficios y componentes nutricionales de los alimentos.
  - Ayudar a los consumidores a entender cómo los alimentos afectan su salud y bienestar.
- Características Clave
  - Incluye valores de nutrientes como calorías, grasas, proteínas y vitaminas.
  - Suele presentarse en formatos estandarizados para facilitar la comparación.
- Detalles de Implementación
  - La información se encuentra típicamente en etiquetas nutricionales y guías dietéticas.
  - Regido por leyes de etiquetado nutricional y salud pública.

≥ Comparación de Contenidos

- Diferencias Fundamentales
  - La información alimentaria se centra en la composición del producto; la información nutricional se enfoca en el impacto en la salud.
  - La información alimentaria es más descriptiva, mientras que la nutricional es analítica.
- Ejemplos Prácticos
  - Un paquete de galletas puede mostrar "harina, azúcar, mantequilla" como información alimentaria.
  - Mientras que la información nutricional de las galletas incluiría "200 calorías, 10g de grasa".

Importancia para el Consumidor

- Toma de Decisiones
  - La información alimentaria ayuda a elegir productos basados en preferencias personales y dietéticas.
  - La información nutricional permite evaluar la adecuación de la dieta a necesidades específicas de salud.
- Educación y Conciencia
  - Promover la alfabetización alimentaria en la población.
  - Fomentar hábitos de consumo más saludables y conscientes.